

FITNESS WORLD

FITNESS WORLD誌

2022年度 メディアガイド

株式会社サクラ・レストランズ

加藤 秀俊

Email : kato@sakura-res.com



1. 雑誌「FITNESS WORLD」について
2. FITNESS WORLD 掲載事例 ①～④
3. メディア戦略
4. 「FITNESS WORLD」 広告掲載料金表

1. 雑誌「FITNESS WORLD」について

“クールなフィットネスを。クールな自分を。”
『FITNESS WORLD』はすべてのフィットネスユーザーに向けた、
渾身の本格派カテゴリー特化マガジン。

- フィットネスを軸にした様々な企画を展開
- 年間4冊の刊行（3月/6月/9月/12月）
- 発行部数は15,000部 全国の大型書店・ネット通販（Gravii）にて販売
- FWJ選手へは毎号発送される

美しく、健康に生きる！

当マガジンでは、フィットネス初心者からプロレベルまでの幅広い層を対象に、

- ①国内&世界のコンテスト関連情報
- ②トレーニング&フィットネス関連商品
- ③受賞選手リスト

をメインに読者へお届けしております。

コロナ禍によるフィットネス環境の多様化や時代のリアルなニーズにお応えしながら、
高い美意識を持つすべての方々の「フィットネスライフ」と「人生」を輝かせるサポートをします。

FITNESS WORLD誌ならではの、独特の「切り口」と「編集力」で、
貴社商品やサービスの魅力を最大限に引き出し、美意識の高い全国のフィットネスユーザーへ訴求します。
お気軽にご相談ください。



2. FITNESS WORLD 掲載事例 ①

vol.10 掲載 ファスティングドリンク提供会社代表のセルフブランディング広告

セルフブランディングや開発背景など、読者に響きそうな切り口から、貴社の魅力を最大限アピールできる記事を制作します。

プラン

記事広告

4Pタイアップ

単発:3,000,000円
(制作費込み)

すべて貴社の販促物として
ご利用いただけます。

誌面イメージ

フィットネス 改体新書 Chapter.2

サプリメントを極める

今日の先生
田中 博 先生

ナチュラルファスティングドリンク提供会社代表の田中博先生。10年以上の経験を持つパーソナルトレーナー、ボディビルダー、そして健康志向の企業家。本書では、最新の栄養学とトレーニングの知識を、実践的なアドバイスと共に提供します。

トレーニーのための 分子栄養学

produced by Natural Lab

毎日のプロテインを1gたりともムダなく筋肉に変える方法

すべてのトレーニーが理想のカラダに近づいたための「人体の真理」を探る『フィットネス改体新書』。第2回は「トレーニー必携のサプリメントである」プロテインをテーマに、筋肉合成の仕組みから必要な栄養素とその摂り方、さらには栄養状態の自己分析方法を通して、毎日のプロテインを1gたりともムダなく筋肉に変える活用方法を紹介します。

現状を知ることで課題や改善点が見えてくる

トレーニーのための血液検査報告書の見方

項目名	結果	単位	基準値	項目名	結果	単位	基準値
赤血球数	5900	/μL	3800~5000	総蛋白(TP)	7.5	g/dL	6.5~8.2
赤血球容積率	507	%	37~47	アルブミン(Alb)			3.8~5.0
赤血球数指数	15.8	g/dL	12~15	プロテイン(DNI)		g/dL	3.7~5.3
ヘマトクリット	49.1	%	44~52	ASG	2.22	%	1.05~2.05
HCV	97	%	40~100	Alb	68.9	%	60.8~71.8
HCh	31.2	g/L	28.3~34.7	尿酸	1.9	mg/dL	1.7~2.8

筋肉 = タンパク質 × 酵素 × ビタミン・ミネラル

筋肉を育てるには、木村と木村にお届けが必要。筋肉を育てるには「タンパク質」と「酵素」と「ビタミン・ミネラル」が必要。

筋肉

タンパク質 × 酵素 × ビタミン・ミネラル

「プロテインよりも食事」これだけの理由

次

タンパク質の摂取方法ですが、例えば1日あたり140gを目安に設定して、手取り早くプロテイン(以下「プロテイン」)を摂取するのではなく、まず食事からタンパク質を摂ることからスタートです。その第一歩の目的が「マクロカイン」と呼ばれる消化性物質。サイトカインは腸の免疫や炎症を促進する働きがあり、これらはプロテインで補填できないため、必ず食事からの摂取が必要となります。タンパク質を摂る際には、タンパク質の消化を助ける酵素や、タンパク質の吸収を助けるビタミンB6やビタミンB12を摂ることが重要です。タンパク質を摂る際には、タンパク質の消化を助ける酵素や、タンパク質の吸収を助けるビタミンB6やビタミンB12を摂ることが重要です。

タンパク質摂取のためのプロテインを「1gたりともムダなく」するための鍵は「食後」をきめて「補助リフト」

あなたは日々のプロテインを活かしているか?

分子栄養学的「栄養状態自己分析法」大公開!

筋

肉を育てるためにプロテインを摂る。しかし、摂っても筋肉が伸びない。それは、摂ったプロテインが筋肉に届いていないから。筋肉は、タンパク質と酵素、ビタミン・ミネラルによって作られる。タンパク質は、筋肉の材料。酵素は、タンパク質を分解して、筋肉に届ける。ビタミン・ミネラルは、酵素の働きを助ける。筋肉を育てるためには、タンパク質、酵素、ビタミン・ミネラルをバランスよく摂ることが重要。

AST、ALTと併せてチェックしたい項目が「ALP」。アルカリフォスファターゼという酵素の一種で、筋肉や骨をつくる際にALPが活躍している。ALPが低いと、筋肉が伸びない可能性がある。ALPが高いと、骨が壊れている可能性がある。ALPの値を正常範囲内に保つことが、筋肉を育てるための鍵。



2. FITNESS WORLD 掲載事例 ②

vol.11 掲載 顧客管理システム提供会社の記事広告

システム導入実績店舗（フィットネスジム）のインタビューにて、導入したことのメリットを記事に落とし込んだ、経営者様に向けた記事広告。

誌面イメージ

プラン

記事広告

2Pタイアップ

単発:1,500,000円

(制作費込み)

すべて貴社の販促物としてご利用いただけます。



2. FITNESS WORLD 掲載事例 ④

vol.10 トレーニング紹介記事

【トレーニングレベル別】

「腕」トレーニングアイデア

廣川翔一の
初級トレ



#1

チューブを使った
アームカール

CHECK OUT THE VIDEO



#2

チューブを使った
キックバック

CHECK OUT THE VIDEO



#3

チューブを使った
ワンハンド
フレンチプレス

CHECK OUT THE VIDEO



QRコードを読み込む



FITNESS WORLD誌限定動画が見られる！

【QRコードを使った制作企画例】

- ショップECサイトへの誘導
- 商品・サービス説明動画
- 体験レポート
- 飲食・試飲レポート
- インタビュー動画

など、誌面で伝わりにくい部分を動画で補完して、読者に訴求することができます。

撮影～編集まですべて対応いたします。

3. メディア戦略

毎号ごとにプロモーションビデオを作成し、下記メディアにて露出いたします。



FWJオフィシャルECサイト“**Gravii**”でも販売

Gravii平均月間訪問者数：8万人



Instagramでの告知・宣伝

FWJ 公式アカウント：2.2万人



YouTubeチャンネルでの動画告知

FWJ 公式チャンネル：1万9千人

検索ワード“FWJ”月間視聴回数：延べ**100万回再生以上**



4. 「FITNESS WORLD」 広告掲載料金表

広告種類	掲載面	色	ページ数	単発料金 (税込)
純広告 (貴社制作)	表2 (目次対向ページ)	4C	1P	¥1,100,000
	表4	4C	1P	¥825,000
	表3	4C	1P	¥660,000
	中面	4C	1P	¥440,000

※記事広告（編集タイアップ）の場合、制作費として別途1ページあたり350,000円（税別）を頂戴いたします。

※記事広告では、弊社制作物をそのまま貴社の広告としてご活用いただくことも可能です。

最後までご覧いただきありがとうございました。
ご質問、ご要望等ございましたら、お気軽に下記までご連絡ください。

株式会社サクラ・レストランズ

加藤 秀俊

Email : kato@sakura-res.com